

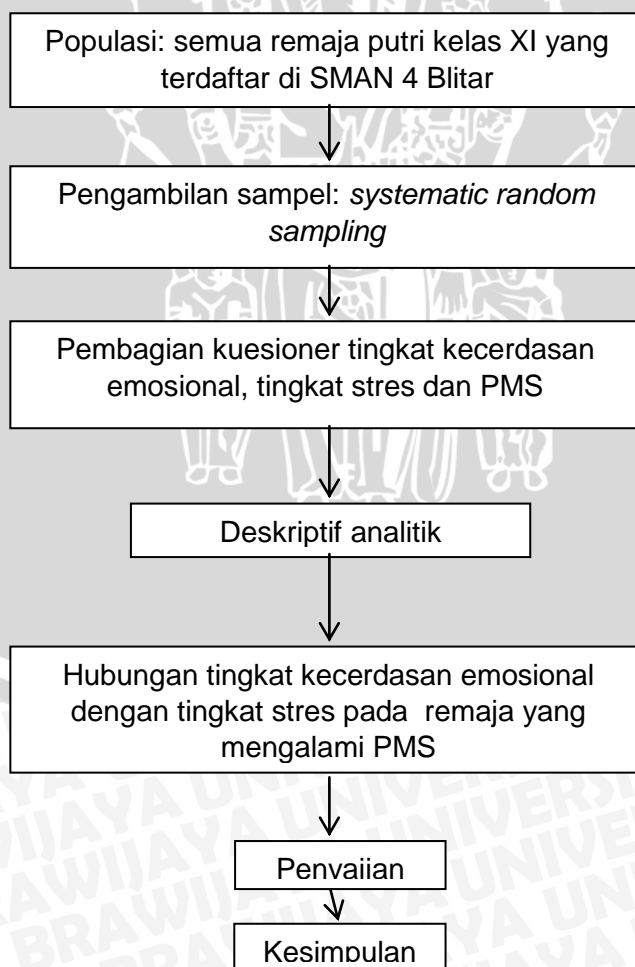
BAB 4

METODE PENELITIAN

4.1 Rancangan Penelitian

Penelitian ini dilakukan secara observasional analitik dengan metode pendekatan *cross sectional*. Metode pendekatan *cross sectional* merupakan penelitian dengan melakukan pengukuran atau pengamatan pada saat bersamaan (sekali waktu) antara faktor resiko/paparan dengan penyakit (Alimul, 2007). Pada studi ini akan diperoleh hubungan antara tingkat kecerdasan emosional (sebagai variabel independen) dengan tingkat stres pada remaja yang mengalami PMS (*Pre Menstrual Syndrome*) di SMA Negeri 4 Blitar (sebagai variabel dependen).

4.2. Alur Penelitian



4.3. Populasi dan Sampel

4.3.1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah remaja putri kelas XI di SMA Negeri 4 Blitar yang berjumlah 155.

4.3.2. Sampel

Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah remaja putri kelas XI di SMAN 4 Blitar yang memenuhi kriteria inklusi.

4.3.3. Besar Sampel

Besar sampel dihitung berdasarkan rumus besar sampel untuk populasi. Menurut Nursalam (2003), besar sampel dalam penelitian dapat dihitung sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1 + N(d)^2}$$

Keterangan :

n = jumlah sampel

N = jumlah populasi

d = tingkat signifikan (d=0,05)

Dari hasil perhitungan tersebut didapatkan besar sampel 112 siswi.

4.3.4. Kriteria Sampel

Kriteria inklusi :

- Remaja putri pada usia 16-18 tahun dan terdaftar sebagai siswi SMAN 4 Blitar
- Sehat fisik dan mental
- Bersedia menjadi responden dan menandatangani *informed consent*

Kriteria eksklusi :

- Remaja putri usia 16-18 tahun yang belum mengalami menstruasi

- b. Memiliki riwayat penyakit kejiwaan

4.3.5. Teknik Sampling

Peneliti akan menggunakan teknik sampling *simple random sampling* yaitu pengambilan sejumlah sampel dari populasi secara acak dimana sampel yang diambil berasal dari populasi yang homogen.

4.4 Variabel Penelitian

Penelitian ini terdiri dari dua variabel : variabel independen atau variabel bebas yaitu tingkat kecerdasan emosional dan variabel dependen atau variabel terikat yaitu tingkat stres pada remaja yang mengalami PMS.

4.5 Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMAN 4 Blitar pada tanggal 11 sampai dengan 30 Mei 2014.

4.6 Instrumen Penelitian

Penelitian ini menggunakan data primer yang diperoleh dari responden yaitu kuesioner. Pertama, peneliti akan menjelaskan tentang tujuan penelitian dan penjelasan tentang kuesioner kepada responden yang bersedia untuk diteliti dan telah memenuhi kriteria sampel, kemudian peneliti memberikan kuesioner. Setelah itu, responden akan menjawab setiap pertanyaan yang ada dalam kuesioner tersebut. Setelah semua item terjawab, peneliti akan mengolah data.

Mengukur tingkat kecerdasan emosi akan menggunakan *Method of Summated Ratings* dari *Likert* diambil dari kuesioner kecerdasan emosional Mark Davis (2006). Kuesioner tersebut mengukur beberapa item sebagai parameter kecerdasan emosional, antara lain mengenali emosi diri, mengenali emosi orang lain, memahami penyebab emosi diri, memahami penyebab emosi orang lain, memahami akibat emosi diri, memahami akibat emosi orang lain, mengendalikan emosi diri. Penilaian dari tiap item yaitu:

1 = tidak pernah

2 = jarang

3 = sering kali

4 = selalu

Tingkat kecerdasan emosional (EQ) sampel diklasifikasikan berdasarkan jumlah skor hasil tes kecerdasan emosional. Tingkat kecerdasan emosional diklasifikasikan sebagai berikut:

≤ 100 = tingkat kecerdasan emosional < rata-rata

101-150 = tingkat kecerdasan emosional rata-rata

151-200 = tingkat kecerdasan emosional baik

Tingkat stres diukur menggunakan kuesioner DASS (*Depression Anxiety and Stress Scale*) yang telah dimodifikasi. Kuesioner DASS sebagai alat ukur tingkat stres dimodifikasi, disesuaikan dengan stres yang dialami pada saat PMS. Pengukuran tingkat stres diambil pada beberapa item kuesioner tersebut yang dirancang khusus untuk mengukur tingkat stres. Kuesioner tersebut mengukur gejala yang terjadi saat stres, antara lain :

1. Gejala fisik:

- a. Insomnia
- b. Merasa lelah
- c. Nyeri kepala
- d. Otot kaku dan tegang

2. Gejala psikologis:

- a. Mudah marah
- b. Frustrasi
- c. Berkurangnya konsentrasi
- d. Putus asa
- e. Bingung

Nilai skala yang diberikan untuk tiap item yaitu :

0 : sama sekali tidak terjadi pada saya

1 : terjadi pada saya kadang kala

2 : terjadi pada saya sering kali

3 : terjadi setiap waktu

Tingkatan stres pada kuesioner DASS berdasarkan dari hasil skor total yang didapatkan, ada lima tingkatan stres, yaitu:

Normal : Bila skor jawaban yang didapatkan 0-14

Ringan : Bila skor jawaban yang didapatkan 15-18

Sedang : Bila skor jawaban yang didapatkan 19-25

Berat : Bila skor jawaban yang didapatkan 26-33

Kuesioner untuk menyeleksi sampel pernah mengalami PMS atau tidak, digunakan kuesioner Moss yang telah dimodifikasi. Kuesioner MOSS dimodifikasi dengan menambahkan beberapa item pernyataan yang diambil dari kriteria PMS DSM IV pada poin 8-16 sebagai pelengkap gejala psikologis yang tidak tercantum pada kuesioner MOSS. *Diagnostic and Statistical Manual IV (DSM IV)* merupakan kriteria klinis untuk PMS, jadi seseorang dikatakan mengalami PMS jika mengalami minimal lima gejala dari poin kuesioner ke 8-16 dan salah satu dari kelima gejala itu harus termasuk salah satu poin ke 8, 9, 10, 11. Kuesioner ini mengukur gejala yang dialami saat PMS antara lain:

a. Gejala fisik :

a. Nyeri perut

b. Nyeri pinggul

c. Sakit kepala

d. Kekakuan otot

e. Sakit pinggang

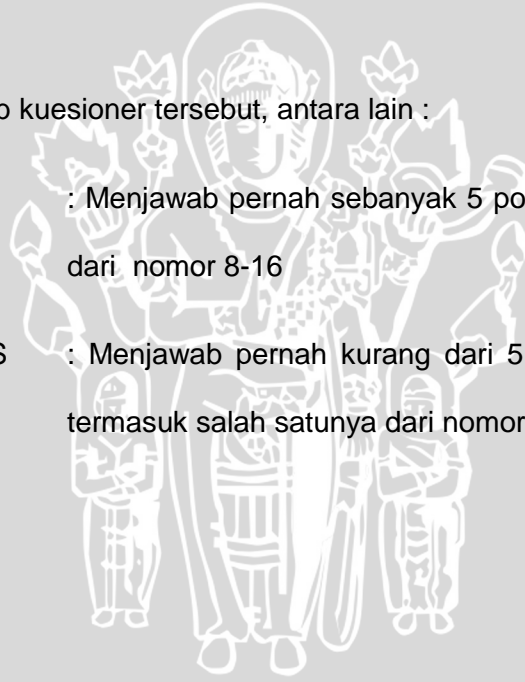
f. Nyeri payudara

- g. Muncul jerawat
- h. Nafsu makan bertambah atau berkurang
- b. Gejala psikologis:
 - a. Depresi atau suasana hati mudah berubah
 - b. Cemas atau tegang
 - c. Emosi tidak stabil
 - d. Mudah marah
 - e. Penurunan ketertarikan/minat pada kegiatan sehari-hari
 - f. Kesulitan berkonsentrasi
 - g. Hipersomnia atau insomnia
 - h. Merasa kewalahan

Klasifikasi dari hasil menjawab kuesioner tersebut, antara lain :

Pernah mengalami PMS : Menjawab pernah sebanyak 5 poin dan salah satunya dari nomor 8-16

Tidak pernah mengalami PMS : Menjawab pernah kurang dari 5 poin dan atau tidak termasuk salah satunya dari nomor 8-16



4.7. Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi Operasional	Parameter	Alat Ukur	Skala Ukur	Hasil Ukur
1.	Tingkat Kecerdasan Emosional	Derajat kemampuan seseorang dalam mengontrol dan mengelola permasalahan yang berhubungan dengan perasaan.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengenali emosi diri 2. Mengenali emosi orang lain 3. Memahami penyebab emosi diri 4. Memahami penyebab emosi orang lain 5. Memahami akibat emosi diri 6. Memahami akibat emosi orang lain 7. Mengendalikan emosi diri 8. Mengendalikan emosi orang lain 9. Menggunakan emosi diri 10. Menggunakan emosi orang lain (Salovey dalam Goleman, 2005) 	Kuesioner Kecerdasan Emosional (Davis, 2006)	Ordinal	<ol style="list-style-type: none"> a. Tingkat kecerdasan emosional < rata-rata (≤ 100) b. Tingkat kecerdasan emosional rata-rata (101-150) c. Tingkat kecerdasan emosional baik (151-200)
2.	Tingkat stress	Tingkat stres yang dialami saat PMS (7-14 hari sebelum menstruasi)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Gejala fisik: <ol style="list-style-type: none"> a. Insomnia b. Merasa lelah c. Nyeri kepala d. Otot kaku dan tegang 2. Gejala psikologis: <ol style="list-style-type: none"> a. Mudah marah b. Frustrasi c. Berkurangnya konsentrasi 	Kuesioner DASS (2013)	Ordinal	<ol style="list-style-type: none"> a. Normal (0-14) b. Ringan (15-18) c. Sedang (19-25) d. Berat (26-33)

			d. Putus asa e. Bingung (Istijianto, 2005)			
3	PMS (<i>Pre Menstrual Syndrome</i>)	Gabungan dari gejala fisik dan psikologis yang biasanya terjadi mulai beberapa hari sampai satu minggu sebelum haid dan menghilang setelah haid datang	1. Gejala fisik : a. Nyeri perut b. Nyeri pinggul c. Sakit kepala d. Kekakuan otot e. Sakit pinggang f. Nyeri payudara g. Muncul jerawat h. Nafsu makan bertambah atau berkurang 2. Gejala psikologis: a. Depresi atau suasana hati mudah berubah b. Cemas atau tegang c. Emosi tidak stabil d. Mudah marah e. Penurunan ketertarikan/ minat pada kegiatan sehari-hari f. Kesulitan berkonsentrasi g. Hipersomnia atau insomnia h. Merasa kewalahan	<i>Moss Menstrual Distress Questionnaire</i> (Moss, 1968)	Nominal	a. Pernah mengalami PMS Jika menjawab pernah sebanyak 5 poin & minimal 1 poin pada pertanyaan nomor 8-16. b. Tidak pernah mengalami PMS Jika menjawab pernah <5 poin dan tidak ada 1 poin pada pertanyaan nomor 8-16

4.8. Uji validitas kuesioner

Uji validitas adalah suatu indeks yang menunjukkan apakah alat ukur itu mampu mengukur apa yang diukur. Pada pengujian validitas kuesioner dilakukan dengan uji

korelasi antara skor atau nilai tiap-tiap item pertanyaan terhadap skor total seluruh pertanyaan dengan menggunakan *Uji Pearson Product Moment*. (Notoatmodjo, 2010). Pengujian validitas instrumen dilakukan dengan menghitung nilai korelasi antara item pertanyaan dengan skor total. Instrumen dikatakan valid jika terdapat korelasi yang signifikan antara item pertanyaan dengan nilai totalnya. Sebaliknya, instrumen dikatakan tidak valid jika tidak terdapat korelasi yang signifikan. Koefisien korelasi dikatakan signifikan jika nilai signifikan hasil penghitungan lebih kecil daripada $\alpha = 0,05$ ($\text{sig} < \alpha = 0,05$).

4.9. Uji Reliabilitas Kuesioner

Reliabilitas adalah suatu kesamaan hasil apabila pengukuran dilaksanakan oleh orang yang berbeda (Nursalam, 2003). Untuk melihat reliabilitas dalam pengumpulan data di bidang kesehatan harus berprinsip pada stabilitas yang mempunyai kesamaan bila dilakukan pengukuran berulang-ulang dalam waktu yang sama. Ekuivalen yaitu pengukuran hasil yang sama pada kejadian yang sama. Homogenitas yaitu instrumen yang dipergunakan harus mempunyai isi yang sama.

Uji reliabilitas pada penelitian ini menggunakan program *SPSS for windows* dengan menggunakan tingkat signifikansi 5%. Nilai reliabilitas dilihat dari nilai *cronbach alpha*.

4.10 Prosedur Penelitian

Langkah-langkah dalam penelitian yaitu :

1. Membuat proposal penelitian
2. Pengujian proposal
3. Mengajukan *ethical clearance* kepada Komisi Etik
4. Setelah proposal lulus pengujian dan etik, peneliti mulai melakukan penelitian
5. Mengajukan permohonan ijin kepada pihak SMAN 4 Blitar
6. Mengajukan ijin kepada responden (subyek penelitian)

7. Setelah mendapat ijin dari subyek penelitian, responden diminta untuk mengisi kuesioner yang telah disediakan oleh peneliti.
8. Mengolah data yang didapat, kemudian menganalisis data.
9. Dari hasil analisis data tersebut peneliti dapat mengambil kesimpulan.

4.11. Pengumpulan Data

Pada penelitian ini pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuisioner.

4.11.1 Tahapan Pengumpulan Data

Tahapan proses pengumpulan data berlangsung sebagai berikut:

1. Peneliti membagikan kuesioner pada responden
2. Responden mengisi identitas yang pada bagian A kuesioner
3. Responden mengisi kuesioner bagian B yaitu skrining PMS
4. Setelah semua soal terjawab, kuesioner dikembalikan kepada peneliti kemudian melakukan analisis data
5. Responden yang termasuk dalam kategori pernah mengalami PMS, mengisi kuesioner B yang kedua yaitu tingkat kecerdasan emosional dan tingkat stres.
6. Setelah responden selesai menjawab, kuesioner dikembalikan kepada peneliti
7. Setelah semua data terkumpul, kemudian melakukan analisis data

4.12. Analisis Data

Analisis data yang dilakukan untuk mengetahui hubungan tingkat kecerdasan emosional dengan tingkat stres pada remaja yang mengalami PMS.

4.12.1 Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini pengolahan data dilakukan melalui tahap-tahap sebagai berikut :

a. *Editing*

Editing merupakan upaya untuk memastikan bahwa data yang telah dikumpulkan lengkap. Dilakukan dengan cara memeriksa kelengkapan format pengkajian misalnya

biodata, nomor urut dan pertanyaan penelitian

b. *Coding*

Setelah semua kuesioner dilakukan pengeditan atau penyuntingan selanjutnya dilakukan pengkodean atau coding, yakni mengubah data berbentuk kalimat atau huruf menjadi data angka atau bilangan.

c. *Scoring*

Scoring adalah pemberian skor terhadap item yang perlu diberi skor. Penilaian pada masing-masing kuesioner yang digunakan sebagai berikut :

1) Tingkat Kecerdasan Emosional

Hasil penilaian dari jawaban pada data tingkat kecerdasan emosional dengan menjumlah seluruh skor yang didapatkan lalu diklasifikasikan. Klasifikasi kecerdasan emosional yaitu :

a) Tingkat kecerdasan emosional kurang dari rata-rata

Skor yang diperoleh ≤ 100

b) Tingkat kecerdasan emosional rata-rata

Skor yang diperoleh 101-150

c) Tingkat kecerdasan emosional baik

Skor yang diperoleh 151-200

(Davis, 2006)

2) Tingkat Stres

Hasil penilaian dari jawaban pada data tingkat stres dengan menjumlah seluruh skor yang didapatkan lalu diklasifikasikan. Klasifikasi stres yaitu :

a) Normal

Skor yang didapat 0-14

b) Ringan

Skor yang didapat 15-18

c) Sedang

Skor yang didapat 19-25

d) Berat

Skor yang didapat 26-33

(DASS, 2013)

3) *Pre Menstrual Syndrome* (PMS)

Hasil penilaian dari jawaban pada data *Pre Menstrual Syndrome* (PMS) dengan menjumlah seluruh skor yang didapatkan lalu diklasifikasikan. Klasifikasi *Pre Menstrual Syndrome* (PMS) yaitu :

a) Pernah mengalami PMS

Skor yang didapatkan 5-16, salah satu poin harus terdapat pada poin kuesioner nomor 8-16

b) Tidak pernah mengalami PMS

Skor yang didapat <5 dan atau salah satu poin tidak terdapat pada poin kuesioner nomor 8-16

d. Tabulasi

Peneliti melakukan tabulasi jawaban responden dari tiap komponen dalam bentuk tabel.

e. Entri data

Dari data yang telah ditabulasi, peneliti mengumpulkan dan memasukkan data tersebut ke dalam database komputer *SPSS for windows*.

4.12.2. Analisis Univariat

Pada penelitian ini, analisa univariat pada kedua variabel dianalisis menggunakan aplikasi *SPSS for Windows*. Pada data usia, tingkat kecerdasan emosional dan tingkat stres pada remaja yang mengalami PMS disajikan dalam bentuk *pie chart*.

4.13.3. Analisa bivariat

Analisa data yang dilakukan untuk menilai hubungan antara tingkat kecerdasan emosional dengan tingkat stres pada remaja yang mengalami PMS digunakan perhitungan statistik. Teknik analisis data dengan menggunakan program aplikasi SPSS *for Windows*. Analisa data statistik menggunakan skala ukur ordinal, maka menggunakan korelasi *Rank Spearman*, $\alpha=0,05$ dengan tingkat kepercayaan 95%. Apabila $\alpha<0,05$ artinya H_0 ditolak yaitu ada hubungan tingkat kecerdasan emosional dengan tingkat stres pada remaja yang mengalami PMS. Apabila $\alpha>0,05$ artinya H_0 diterima yaitu tidak ada hubungan tingkat kecerdasan emosional dengan tingkat stres pada remaja yang mengalami PMS.

4.12. Etika Penelitian

4.12.1 Autonomy

Setiap responden diberi kebebasan dalam memutuskan ketersediaannya untuk menjadi responden penelitian tanpa paksaan dari siapapun.

4.12.2 *Inform Consent* (Lembar Persetujuan)

Pada penelitian ini, lembar persetujuan diberikan pada responden saat peneliti menjelaskan tujuan penelitian. Tujuannya agar responden mengetahui maksud dan tujuan penelitian serta dampak yang diteliti selama pengumpulan data. Apabila subyek menolak menjadi responden, maka peneliti tidak boleh memaksa dan tetap menghormati subyek.

4.12.3 *Confidentiality* (Kerahasiaan)

Kerahasiaan identitas responden dalam penelitian ini terjaga dengan cara tidak mencantumkan nama responden pada lembar kuisioner tetapi diganti dengan menggunakan initial. Kerahasiaan informasi yang dikumpulkan oleh penulis dijamin kerahasiaannya kemudian disimpan dalam arsip dan hanya penulis yang dapat mengaksesnya.

4.12.4 *Beneficience*

Penelitian ini akan mengutamakan manfaat dalam menambah pengetahuan keluarga dengan remaja untuk bisa meningkatkan pola komunikasi fungsional agar perubahan emosi terkontrol sehingga tidak mengarah ke emosi negatif.

4.12.5 *Right to Justice (Adil)*

Pada penelitian ini responden diperlakukan secara adil sejak sebelum, selama, hingga sesudah keikutsertaannya dalam penelitian. Penelitian ini diselenggarakan tanpa adanya diskriminasi.

4.12.6 *Non maleficience*

Penelitian ini tidak akan menimbulkan kerugian terhadap responden dari intervensi yang diberikan karena tanpa melakukan suatu perlukaan baik secara fisik maupun psikologis.

